



Puasa Memerdekakan Diri dari Belenggu Hawa Nafsu

Manusia merupakan makhluk terpilih untuk memegang kekhalifahan di bumi. Sebagai penerima amanah besar Tuhan (QS Al-Ahzab:72) manusia diberi kemampuan dan kewenangan berinisiasi dan berkreasi. Oleh Allah manusia dianugerahi potensi untuk berperilaku baik dan berperilaku buruk (fa alhamaha fujuraha wa taqwaha). Namun, ditegaskan

kepada manusia bahwa keberhasilan atau keberuntungan, kemenangan serta kesuksesan akan dapat dicapai oleh manusia jika manusia senantiasa menyucikan diri dari perilaku buruknya. Sebaliknya, manusia yang mengotori dirinya dengan keburukan akan mengalami kerugian ataupun kegagalan (qad aflaha man zakkaha wa qad khaba man dassaha).

DR SYAFRUDDIN SYAMM, AG



Dosen Fakultas Syariah dan Hukum UIN Sumut

Salah satu aspek pada diri manusia yang memungkinkan manusia gagal mengemban amanah adalah

ketidakberdayaan manusia menguasai dan mengendalikan keinginan dirinya (hawa' nafs). Karena itu, manusia pada dasarnya memiliki tugas dalam dua sisi: sisi eksternalitas diri dan sisi internalitas diri. Pada sisi eksternalitas dirinya, manusia memiliki tugas dan amanah merancang kehidupan yang penuh kedamaian, keteraturan, keadaban, dan kebahagiaan dengan berbagai

program-program kehidupan. Di sisi internalitasnya manusia juga harus senantiasa mewaspada diri agar dirinya tetap bersih dari berbagai noda kejahatan. Senantiasa mampu mengendalikan diri dari berbagai desakan dari dalam diri yang dapat menggiring manusia berperilaku menyimpang dari norma yang telah digariskan.

Ke Hal 14

((Dari hal 13

Titik Lemah Manusia

Di balik posisi besar sebagai leader dan manajer kehidupan di bumi, manusia ternyata memiliki titik lemah yang serius. Pada QS An-Nisa' ayat 28: Allah hendak memberikan keringanan kepadamu dan manusia dijadikan bersifat lemah. Kondisi lemah manusia tersebut dengan diberinya manusia berupa hawa nafsu. Dengan hawa nafsu ini potensi ketergelinciran manusia untuk mengalami kejatuhan begitu besar. Dengan kata lain, hawa nafsu merupakan sumber kejatuhan moral dan spiritual manusia.

Hawa nafsu, atau keinginan diri dari seorang manusia, sering membelenggu potensi-potensi ketakwaan yang dimiliki seseorang. Di antara belenggu yang dalam banyak

hal manusia sulit mengendalikan di antaranya kecintaan kepada materi, rumah mewah, mobil mewah, tanah, istri, dan anak, seperti dilukiskan pada QS Ali Imran ayat 14: Dijadikan indah pada (pandangan) manusia kecintaan kepada apa-apa yang diingini, yaitu wanita-wanita, anak-anak, harta yang banyak dari jenis emas, perak, kuda pilihan, binatang-binatang ternak dan sawah ladang. Itulah kesenangan hidup di dunia, dan di sisi Allah-lah tempat kembali yang baik (surga).

Kecintaan terhadap berbagai kebutuhan materi di atas, sesungguhnya bukanlah aneh dan tercela, namun Allah menegaskan bahwa apa yang ada pada sisi Allah jauh lebih utama. Lingkaran harta, wanita, tahta dan sebagainya secara bertahap akan

menggiring orientasi manusia untuk hidup serbamaterialistis dan pada tahap yang membahayakan menjadikan materi itu sebagai sesembahannya.

Penyembahan kepada sisi material adalah berupa perilaku hidup yang senantiasa berorientasi materi. Interaksi terhadap kehidupan materialisme tersebut bahkan seakan telah menjadi ritual keseharian mereka. Keinginan dan kecintaan yang begitu tinggi terhadap diri, tanpa disadari, menjadikan manusia telah mempertuhankan hawa nafsunya sendiri. Hal ini seperti disinggung oleh Allah dalam QS Al-Jatsiyah ayat 23: Maka pernahkah kamu melihat orang yang menjadikan hawa nafsunya sebagai Tuhannya dan Allah membiarkannya berdasarkan ilmu-Nya dan

Allah telah mengunci mati pendengaran dan hatinya dan meletakkan tutupan atas penglihatannya? Maka siapakah yang akan memberinya petunjuk sesudah Allah (membiarkannya sesat). Maka mengapa kamu tidak mengambil pelajaran?

Puasa Melepaskan Belenggu Hawa Nafsu

Dalam berpuasa manusia memiliki keterbatasan momen untuk memanjakan hawa nafsu. Tidak diperbolehkannya makan dan minum, berhubungan seksual suami istri dan sebagainya menjadikan manusia mengurangi orientasi hawa nafsunya. Orang-orang yang mampu menahan keinginan akan dapat merasakan suasana bahagia pada dirinya. Dalam QS An-Nazi'at ayat 40-41: Adapun

orang-orang yang takut kepada kebesaran Tuhannya dan menahan diri dari keinginan hawa nafsunya, maka sesungguhnya surgalah tempat tinggal(-nya). Adalah menarik betapa puasa telah menjadi ibadah kolektif kini maupun masa lalu. Karenanya, puasa dapat disebut sebagai salah satu kalimatun sawa' (titik temu) di antara ajaran agama-agama Allah yang telah disampaikan oleh para nabi-Nya. Titik temu antar-syariat ini dapat dilihat di antaranya melalui kesamaan target dan tujuan puasa, yakni dalam konteks pembinaan dan perbaikan umat dari sisi spiritualitas dan moralitas. Akar historis ini menunjukkan bahwa puasa memang dipandang sebagai instrumen yang efektif dalam melakukan pendidikan mental dan spiritual manusia.

Menahan dan mengendalikan diri merupakan sisi penting untuk membawa kemajuan manusia baik secara individu maupun kelompok. Secara umum jiwa manusia memang mudah terpengaruh, terlebih pada saat mendapatkan bisikan-bisikan yang negatif. Perjuangan untuk membangun sebuah kemajuan dan kesuksesan harus diiringi sikap jiwa yang tenang. Pengendalian diri melalui cara berpuasa tidak hanya aturan untuk tidak makan dan minum serta berhubungan seksual. Lebih dari itu, ibadah ini melatih manusia untuk senantiasa memiliki kesadaran rabbaniyah (kebertuhanan) yang tinggi. Hampir sebagian besar bahkan pada umumnya orang yang tidak mau membatalkan puasanya pada siang hari adalah karena ia

menyadari bahwa perbuatannya dilihat dan disaksikan oleh Allah. Seharusnya sikap dan kesadaran teologis tentang kemahadiran Allah dalam ibadah puasa ini dapat dibawa dalam bingkai kehidupan yang lain. Dalam dunia kerja, berlembaga, bahkan bernegara, seharusnya manusia dapat menggunakan mental puasa untuk bertindak dan melakukan segala sesuatu. Semoga dengan satu bulan penuh di masa Ramadan manusia akan dapat memerdekakan dirinya menjadi manusia yang tangguh dan bebas dari belenggu hawa nafsunya. Semoga Ramadan dapat menumbuhkan kembali sega-segi positif pada dirinya untuk menciptakan kebajikan kepada siapa pun. Amin ya rabbal 'alamin. ●

LEMBAR
HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW
KARYA ILMIAH : KORAN/MAJALAH

Judul Artikel : Puasa Memerdekakan Diri dari Belenggu Hawa Nafsu
 (Koran/Majalah) SINDO

Penulis : Syafruddin Syam, M.Ag

Kenaikan Pangkat : Dari Penata Tk. I (III/d) ke Pembina (IV/a)

Identitas Koran/Majalah : a. Nama : SINDO
 Koran/Majalah
 b. Nomor/Volume : -
 c. Edisi (bulan/tahun) : Jum'at/10 Juni 2016
 d. Penerbit : SINDO
 e. Jumlah Halaman : 1

Kategori Publikasi karya : ☒ Hasil Penelitian pada Koran SINDO
 Ilmiah Koran/Majalah (beri
 v pada kategori yang tepat)

Hasil Penilaian Peer Review :

Komponen Yang Dinilai		Nilai Maksimal Koran/Majalah 1 <input checked="" type="checkbox"/>	Nilai Akhir Yang Diperoleh
mr	Kelengkapan unsur isi artikel (10%)	0,1	0,1
nn	Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan (30%)	0,3	0,25
oo	Kecukupan dan kemutakhiran data / informasi dan metodologi (30%)	0,3	0,25
pp	Kelengkapan unsur dan kualitas penerbit (30%)	0,3	0,25
Total = (100%)		1	0,85

Medan, Oktober 2016

Reviewer I,



Prof. Dr. Hasan Bakti Nasution, M.Ag
 NIP. 19620814 199203 1 003

Unit Kerja:
 Fakultas Ushuluddin dan Studi Islam
 UIN Sumatera Utara Medan

LEMBAR
HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU *PEER REVIEW*
KARYA ILMIAH : KORAN/MAJALAH

Judul Artikel : Puasa Memerdekakan Diri dari Belenggu Hawa Nafsu
(Koran/Majalah) SINDO

Penulis : Syafruddin Syam, M.Ag

Kenaikan Pangkat : Dari Penata Tk. I (III/d) ke Pembina (IV/a)

Identitas Koran/Majalah : a. Nama : SINDO
Koran/Majalah
b. Nomor/Volume : -
c. Edisi (bulan/tahun) : Jum'at/10 Juni 2016
d. Penerbit : SINDO
e. Jumlah Halaman : 1

Kategori Publikasi karya : ☒ Hasil Penelitian pada Koran SINDO
Ilmiah Koran/Majalah (beri
√ pada kategori yang tepat)

Hasil Penilaian Peer Review :

Komponen Yang Dinilai		Nilai Maksimal Koran/Majalah 1 <input checked="" type="checkbox"/>	Nilai Akhir Yang Diperoleh
mr	Kelengkapan unsur isi artikel (10%)	0,1	0,1
nn	Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan (30%)	0,3	0,25
oo	Kecukupan dan kemutakhiran data / informasi dan metodologi (30%)	0,3	0,3
pp	Kelengkapan unsur dan kualitas penerbit (30%)	0,3	0,25
Total = (100%)		1	0,9

Medan, Oktober 2016

Reviewer II,


Dr. Muhammad Syahnan M.A
NIP. 19660905 199103 1 002

Unit Kerja:
Fakultas Syari'ah dan Hukum
UIN Sumatera Utara Medan